

Pastel de Calabaza sin Costra de Pan

Sirve: 8 porciones

Ingredientes

3/4 taza azúcar

1/2 Porciones Mezcla Maestra Oregón (notas)

2 cucharadas aceite vegetal

1 lata leche evaporada, sin grasa (aproximadamente 13 onzas)

2 huevos

1 lata calabaza amarilla (16 onzas)

3 1/2 cucharaditas especias para pastel de calabaza

2 cucharaditas extracto de vainilla

Preparación

1. Caliente el horno a 350°F y ligeramente engrase un molde de 9 ó 10 pulgadas.
2. Combine todos los ingredientes en un recipiente mediano manualmente o en una licuadora.
3. Bata 2 minutos con una batidora hasta obtener una mezcla suave o licúe a máxima potencia durante 1 minuto.
4. Vierta en el molde para pastel.

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	220
Grasa total	7 g
Grasa saturada	2 g
Colesterol	45 mg
Sodio	115 mg
Total de Carbohidrato	34 g
Fibra dietética	2 g
Azúcares totales	27 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	6 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

5. Hornee hasta que un cuchillo insertado en el centro del pastel salga limpio, unos 50-55 minutos.
6. Deje enfriar unos minutos y mantenga en el refrigerador.
7. Sirva con crema batida o helado

Notas

Receta de [Mezcla Maestra Oregón](#)

Origen: Oregon State University Cooperative Extension Service, Pictoral Recipes Lynn Myers Steele, 2000 Oregon Family Nutrition Program